ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№03 (77) февраль 2007

журнал для тех, кто любит готовить



















www.gastromag.ru

■ салат «цезарь» с беконом и яйцом ■ шампиньоны с кедровыми орешками ■ куриный суп с лапшой в азиатском стиле ■ мексиканский кукурузный суп ■ рагу из бараньих ребрышек с овощами ■ соте из говядины с соевыми оладьями ■ курица в арахисе ■ дорада, запеченная с овощами и имбирем ■ цукини, фаршированные мидиями ■ кулебяка с лососем и грибами ■ пирожки с бараниной ■ ореховый рулет ■ печенье «маргаритки» ■ сорбет из киви ■ ласси с грушей

ISSN 1728-6948









Дорогие друзья!

Наступающий февраль будет богат событиями. Кроме любимого всеми Дня защитника Отечества и нового, но уже не менее популярного Дня Святого Валентина на февраль в этом году приходится и Масленица. Выбрать рецепты для праздничного стола вам помогут наши журналы «Школа гастронома» и «Коллекция рецептов», следующий номер которой выйдет 5 февраля и будет полностью посвящен блинам. Не пропустите!
Желаем успехов.

Ваша редакция

условные обозначения

вегетарианское питание

блюда, которые подходят для детей

M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи

сложность приготовления блюд
- легкие рецепты
- рецепты средней сложности
- рецепты для опытных кулинаров

содержание

салат «цезарь» с беконом и яйцом









ЧТО НУЖНО:

- **2** толстых куска белого хлеба
- **1 ст. л.** натурального йогурта
- **4 ст. л.** оливкового масла
- **2 ст. л.** лимонного сока
- соль по вкусу
- большая щепотка черного свежемолотого перца
- **6** полосок бекона
- **2** крутых яйца
- **1** кочан салата-латука
- **50 г** тертого пармезана

Время приготовления: 15 мин.
Порций: 4
1 порция: 340,2 ккал
белки – 8,6 г, жиры – 29,9 г, углеводы – 9,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 С хлеба срезать корку, нарезать мякоть небольшими кубиками, разложить их на противне и подсушить в разогретой до 180 °С духовке, в течение 5 мин.

2 В миске смешать йогурт, оливковое масло, лимонный сок, соль по вкусу и свежемолотый перец.

3 Бекон обжарить на сухой разогретой сковороде, по 1 мин. с каждой стороны. Яйца очистить и разрезать на 4 части. Салат разобрать на листья, вымыть и обсушить. Сложить в салатницу салат, бекон и яйца.

Полить заправкой, посыпать пармезаном и крутонами. Сразу же подать к столу.


Crème Bonjour
Рандеву со вкусом!
Реклама
Bon appétit! *
С натуральным творогом
* Приятного аппетита!

шампиньоны с кедровыми орешками

ЧТО НУЖНО:

- **500 г** шампиньонов
- **2** зубчика чеснока
- **1 ст. л.** растительного масла
- **1 ст. л.** сливочного масла
- **2 ст. л.** белого сухого вина
- **1** лимон
- **2** веточки орегано
- **50 г** кедровых орешков
- • соль по вкусу

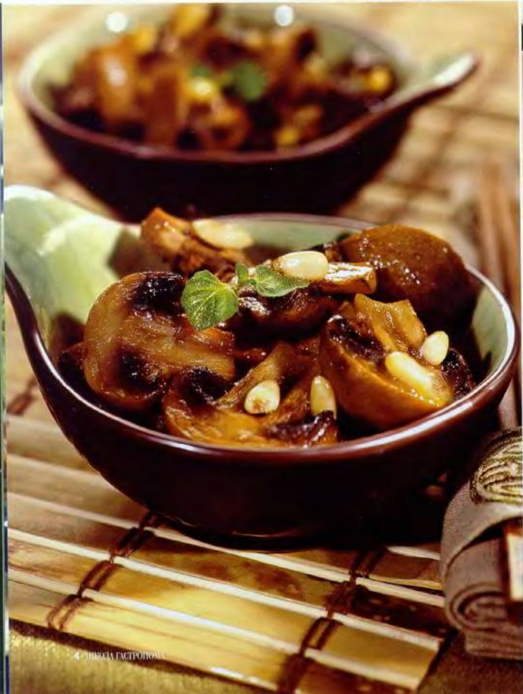
Время приготовления: 25 мин.
Порций: 4
1 порция: 174,6 ккал
белки – 7,3 г, жиры – 15,3 г, углеводы – 1,9 г



1



2





3

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы вымыть, нарезать крупными кусками. Чеснок очистить, измельчить, смешать с растительным маслом. Разогреть духовку до 200 °С. Форму для запекания смазать сливочным маслом, положить в нее грибы. Сбрызнуть маслом с чесноком, посолить. Запекать 5 мин.

2 Полить грибы вином и запекать еще 15 мин.

3 Лимон вымыть, мелкой теркой снять с него цедру, из мякоти выжать сок. Орегано вымыть, обсушить, крупно нарезать (или нарвать). Орешки обжарить, помешивая, на сухой сковороде, 2 мин.

Смешать в салатнице орешки с орегано, цедрой и лимонным соком. Добавить горячие грибы, перемешать и сразу же подать к столу.


FISKARS







куриный суп с лапшой в азиатском стиле

ЧТО НУЖНО:

- **0,5** курицы
- **1** стебель лука-порея, (только белая часть)
- **1** морковка
- **1** красная луковица
- **0,5** красного острого перца
- **100 г** стручковой фасоли
- **1** веточка тимьяна
- соль по вкусу

Для лапши:

- **100 г** пшеничной муки
- **1** яйцо
- щепотка соли
- щепотка зиры
- **0,5 ст. л.** смеси перцев

Время приготовления: 1 час
Порций: 4
1 порция: 418 ккал
белки – 28,1 г, жиры – 24,5 г, углеводы – 21,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Курицу вымыть, уложить в кастрюлю. Влить столько холодной воды, чтобы ее уровень был выше курицы на 2–2,5 см. Поставить кастрюлю на сильный огонь, довести до кипения. Тщательно снять пену шумовкой. Уменьшить огонь до среднего, добавить крупно нарезанный порей и соль по вкусу. Варить 35 мин., снять с огня. Вынуть курицу из кастрюли и отложить. Бульон процедить.

2 Муку посолить, просеять в миску. Вбить яйцо, добавить 1 ч. л. воды и вымесить тесто. На присыпанной мукой рабочей поверхности раскатать тесто в тонкий пласт. Равномерно посыпать тесто пряностями и еще раз с силой прокатать скалкой.

3 Нарезать тесто квадратами со стороной 2,5 см. Дать немного подсохнуть.

4 Лук и морковь очистить; перец и фасоль вымыть, у перца удалить семена. Морковь нарезать тонкой соломкой, лук полукольцами, острый перец колечками, фасоль кусочками длиной 2 см.

5 Мясо курицы снять с кости, разобрать на крупные волокна. Бульон влить в чистую кастрюлю, довести до кипения. Добавить овощи, готовить 5 мин. Добавить лапшу, варить еще 4 мин.

6 Положить в кастрюлю мясо курицы и тимьян. Накрыть крышкой и снять с огня. Дать постоять 2–3 мин.

мексиканский кукурузный суп

M≈



ЧТО НУЖНО:

- **2** куриных филе
- **2** луковицы
- **0,25** маленького стручка красного перца чили
- **3 ст. л.** растительного масла
- **250 г** консервированной кукурузы
- **0,5 л** молока
- небольшой пучок укропа
- соль по вкусу

Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4
1 порция: 339,4 ккал
белки – 16,4 г, жиры – 19,8 г, углеводы – 23,9 г



1



2



3

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Куриное филе вымыть, залить небольшим количеством воды так, чтобы она только покрывала его. Поставить кастрюлю на огонь, довести до кипения. Снять пену шумовкой, посолить, добавить 1 очищенную и разрезанную пополам луковицу, убавить огонь до среднего и варить 30 мин. Бульон процедить, филе нарезать кубиками.

2 Оставшуюся луковицу и острый перец (удалив из него семена) нарезать. Разогреть в сковороде 2 ст. л. растительного масла, обжарить лук с перцем, 2 мин., затем добавить кукурузу вместе с соком и готовить на среднем огне 7 мин. 2/3 смеси выложить в блендер. Добавить немного бульона. Измельчить все в пюре.

3 Перелить пюре в чистую кастрюлю, влить молоко и довести до кипения. Добавить оставшийся бульон, овощи и кусочки курицы. Приправить солью и 1 ст. л. масла, перемешать. Укроп вымыть, обсушить и мелко нарезать.
Подать суп к столу, посыпав укропом.


Широкая масленица!
Вот и пришла пора с зимой распрощаться - широко гуляет Масленица, веселая, разудалая!
Уж сколько веков на Руси люди эти дни празднуют да блины едят.
Какая же Масленица без блинов?
Ну а блин без сметаны - все равно, что день без солнышка!
Масленичный блин настоящую сметану любит, особенно нашу, деревенскую. Сметана «Домик в деревне» вкусна и густа: хозяйке - радость, праздничному столу - украшение!
Угощайтесь, мои родные, кушайте на здоровье!
С праздником вас!
Ваша Бабушка
Домик в деревне
НАТУРАЛЬНЫЕ МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ
ШИРОКАЯ МАСЛЕНИЦА!
СМЕТАНА
ТО, ЧТО ТЫ ХОЧЕШЬ
Вимм-Билль-Данн
ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН

рагу из бараньих ребрышек с овощами

ЧТО НУЖНО:

- **1 кг** бараньих ребрышек
- **1** луковица
- **1** морковка
- **2 ст. л.** растительного масла
- **2** картофелины
- **1** небольшой кочан цветной капусты
- **200 г** консервированной белой фасоли
- **2** зубчика чеснока
- **4** веточки петрушки
- соль, перец по вкусу









Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4
1 порция: 671,3 ккал
белки – 36,1 г, жиры – 47,2 г, углеводы – 25,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Ребра вымыть и нарезать. Лук и морковь очистить, нарезать соломкой. Разогреть в кастрюле растительное масло, положить лук и морковь, обжарить на среднем огне, 4 мин. Добавить ребра, жарить все вместе на сильном огне еще 3 мин. Уменьшить огонь до минимума, накрыть кастрюлю крышкой и готовить 10 мин.

2 Подготовить овощи. Картофель очистить, нарезать ломтиками. Цветную капусту вымыть, разобрать на соцветия. Чеснок очистить и измельчить. Фасоль откинуть на дуршлаг. Зелень вымыть, обсушить и нарезать. Добавить в кастрюлю картофель и чеснок, готовить 6 мин.

3 Добавить цветную капусту и фасоль, посолить, поперчить и перемешать. Тушить 10 мин.

Перед подачей на стол посыпать зеленью.

Дорогие друзья!

школа кулинарного мастерства

Если вы мечтаете научиться готовить правильно, вкусно, оригинально, то лучшее решение – прийти в Школу кулинарного мастерства журнала «Гастрономъ».

Здесь вы получите не только новые знания, но и научитесь готовить.

Вас ждут приятные знакомства, полезные подарки и хорошее настроение.





Стоимость занятий:

• Курс «От простого к сложному»:

1 занятие	1700 руб.
4 занятия	5200 руб.
• Тематические занятия	2300 руб.
• Этнические темы	3500 руб.
• Абонемент:	
4 занятия	7500 руб.
6 занятий	9500 руб.
• Абонемент на год:	
(неограниченное количество посещений)	$2500

Мы принимаем к оплате пластиковые карты

Темы занятий на март:

- От простого к сложному
- Французская кухня
- Итальянская кухня
- Японская кухня
- Китайская кухня
- Горячее из мяса и птицы
- Русская кухня
- Широкая Масленица
- Постный стол
- Домашняя грузинская кухня

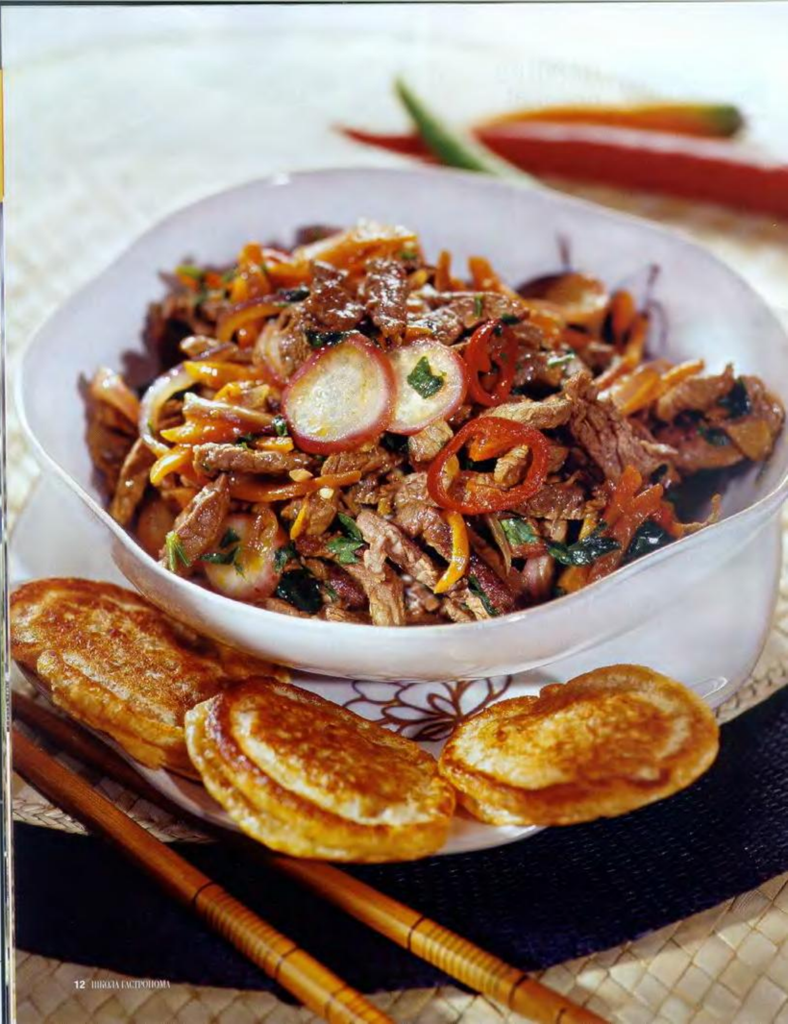
МАСТЕР-КЛАСС Александра Селезнева



Торт «Грушевый Шибуст»
Торт «Карамельный Гурман»
Торт «Муслин»

Александр Селезнев – признанный мастер кондитерского дела, лауреат многочисленных российских и международных профессиональных конкурсов. Он возглавляет собственный «Кондитерский дом», участвует в различных телепередачах, постоянно совершенствует профессиональные навыки в Париже.

Информация о Школе на сайте www.gastromag.ru и по телефону (495) 725-1070





соте из говядины с соевыми оладьями

ЧТО НУЖНО:

Для оладий:

- **3** зубчика чеснока
- **250 г** пшеничной муки
- **500 мл** теплой воды
- **1 ст. л.** сахара
- **7 г** сухих дрожжей
- **150 мл** соевого соуса
- **100 мл** растительного масла

Для соте:

- **6 шт.** редиса
- **400 г** говяжьей вырезки
- **1** морковка
- **0,5** луковицы
- **1** небольшой красный острый перец
- кусочек свежего имбиря длиной 2 см
- пучок петрушки
- **3 ст. л.** растительного масла
- **1 ст. л.** сливочного масла
- соль по вкусу

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 4
1 порция: 713,1 ккал
белки – 32,6 г, жиры – 41,4 г, углеводы – 52,5 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить тесто для оладий.** Чеснок очистить, измельчить. Муку просеять в большую миску, добавить воду, сахар, дрожжи, чеснок и соевый соус. Тщательно перемешать. Накрыть миску пищевой пленкой и оставить на 40 мин. в теплом месте. Перемешать и оставить еще на 20 мин.

2 Редис тонко нарезать кружками, залить холодной водой и оставить на 20 мин. Затем воду слить, редис промыть. Мясо вымыть, обсушить и нарезать соломкой. Морковь и лук очистить. Морковь нарезать соломкой, лук – полукольцами. Перец вымыть, очистить от семян и нарезать колечками. Корень имбиря очистить и измельчить. Зелень вымыть, обсушить и мелко нарезать.

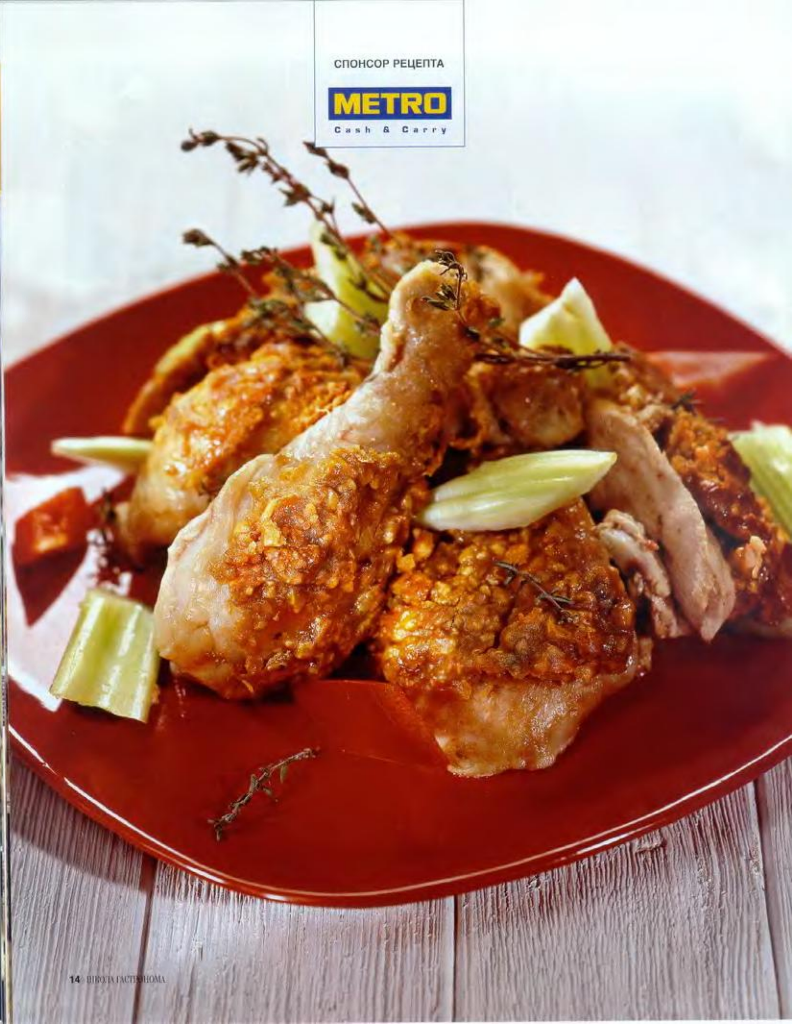
3 Разогреть в сковороде растительное масло. Обжарить имбирь, морковь и лук, 3 мин. Добавить острый перец и говядину и готовить 7 мин. Посолить по вкусу.

4 Положить в сковороду сливочное масло, перемешать.

5 Добавить зелень, еще раз перемешать, накрыть крышкой и снять с огня.

6 В чистой сковороде разогреть растительное масло. Тесто выкладывать ложкой; выпекать оладьи по 1,5 мин. с каждой стороны.

Подавать оладьи горячими к соте.



курица в арахисе

М≈











ЧТО НУЖНО:

1,5	**стакана арахиса METRO QUALITY**
3 ст. л.	жидкого меда
50 мл	соевого соуса
50 г	сливочного масла
2 ч. л.	**Приправы для курицы METRO QUALITY**
1	курица весом 1,5 кг

Время приготовления: 1 час 35 мин.
Порций: 6–8
1 порция: 618,3 ккал
белки – 35,3 г, жиры – 46,5 г, углеводы – 14,6 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Арахис порубить ножом в мелкую крошку.

2 В сотейник влить мед, прогреть его на среднем огне 2–3 мин., добавить соевый соус и перемешать.

3 Всыпать в сотейник арахис, перемешать. Готовить еще 2 мин. Добавить сливочное масло и 1 ч. л. **Приправы для курицы.** Тщательно перемешать и снять с огня. Дать остыть.

4 Курицу вымыть, обсушить. Натереть изнутри оставшейся **Приправой для курицы**. Связать шпагатом ножки и крылышки.

5 Разогреть духовку до 180 °С. Курицу поместить на противень, покрытый пергаментом, обмазать со всех сторон медовой смесью. Накрыть листом пергамента. Запекать 1 ч 20 мин.



КСТАТИ

*** Арахис METRO QUALITY отличается высоким качеством, имеет плотную структуру и тонкий аромат. Благодаря гармоничному вкусу он прекрасно сочетается с зеленью, подходит для приготовления различных соусов и выпечки. Выпускается в удобной герметичной упаковке, очищенным от скорлупы и шелухи, что значительно упрощает процесс подготовки и приготовления пищи.**

*** В состав Приправы для курицы METRO QUALITY помимо соли, лука, чеснока, паприки и кайенского перца входят кориандр, розмарин, тимьян и другие специи, которые придают блюду пикантность и ярко выраженный аромат.**

*** Продукты с товарным знаком METRO QUALITY можно приобрести в ТЦ «МЕТРО», оформив бесплатно Карту клиента.**

дорада, запеченная с овощами и имбирем







Время приготовления: 50 мин.
Порций: 4
1 порция: 305,8 ккал
белки – 24,8 г, жиры – 19,6 г, углеводы – 7,5 г



ЧТО НУЖНО:

- **1** красный сладкий перец
- **1** желтый сладкий перец
- **5** помидоров черри
- **1** небольшая луковица
- • кусочек свежего имбиря длиной 3 см
- **2 ст. л.** растительного масла
- **2** дорады
- • соль, черный и белый перец

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Перец и помидоры вымыть. У перцев удалить сердцевину с плодоножкой, мякоть нарезать соломкой, 3 помидора нарезать кружками. Лук и имбирь очистить, лук нарезать полукольцами, имбирь – пластинками. Растительное масло разогреть в сковороде, положить овощи и обжаривать 4 мин., приправить солью и черным перцем. Переложить овощи на тарелку.

2 Рыбу вымыть, очистить, вырезать жабры, удалить внутренности и промыть. Обсушить, натереть внутри и снаружи солью и перцем. Вложить внутрь начинку.

3 Духовку разогреть до 180 °С. Оставшиеся помидоры разрезать пополам. Противень накрыть бумагой для выпечки. Уложить рыбу на противень, в жаберные щели каждой рыбы вложить по половинке помидора. С помощью деревянных шпажек закрепить в вертикальном положении боковые плавники. Такие же шпажки вставить в хвостовые плавники, чтобы они при приготовлении оставались расправленными. Поместить противень в духовку. Запекать 30 мин.


МИКРОВОЛНОВАЯ ПЕЧЬ С ШЕСТЫМ ЧУВСТВОМ.
ТРИ ПОТРЯСАЮЩИХ СПОСОБА ГОТОВИТЬ.
Whirlpool
SENSING THE DIFFERENCE
Whirlpool Jet Chef не похожа на другие. Это – и духовка, и пароварка, и микроволновая печь. Благодаря уникальной технологии «Шестое чувство» Jet Chef совмещает целых три способа приготовления.
Новая Whirlpool Jet Chef. Готовьте потрясающие блюда, сочетая три печи в одной, – и вы действительно почувствуете разницу.
ТЕХНО СИЛА
www.tehnosila.ru
Реклама.
Горячая линия Whirlpool: 8-800-100-57-31. Звонок бесплатный.



На фото: сервиз ВЕРСАЛЬ от Zepter

цукини, фаршированные мидиями













ЧТО НУЖНО:

- **4** небольших цукини
- **1 кг** замороженных мидий
- **2** корня петрушки
- **2** помидора
- **1 ст. л.** готовой крупнозерновой горчицы
- **400 г** натурального йогурта
- **1 ст. л.** оливкового масла
- • щепотка порошка карри
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
1 порция: 465,1 ккал
белки – 50,6 г, жиры – 15,5 г, углеводы – 30,8 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Цукини вымыть. Верхушки с плодоножками отрезать, а сами цукини разрезать поперек на куски длиной около 15 см. Ложкой вынуть из кусков сердцевину, натереть внутренние стенки небольшим количеством соли.

2 Мидии разморозить, промыть, дать обсохнуть. Положить подготовленные мидии и 1 очищенный корень петрушки в **кастрюлю Zepter**.

3 Накрыть кастрюлю **пароваркой Zepter**, положить в нее цукини. Накрыть крышкой. Поставить на средний огонь и нагревать так, чтобы стрелка термоконтроллера на крышке находилась в середине зеленого сектора. Готовить 20 мин.

4 Оставшийся корень петрушки очистить, измельчить. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу, разрезать на четвертинки, удалить семена, мякоть мелко нарезать. Перемешать мидии, мякоть помидоров и корень петрушки.

5 Смешать горчицу с йогуртом и оливковым маслом, добавить карри, посолить, поперчить по вкусу. Влить в смесь мидий с овощами. Перемешать.

6 Уложить начинку в цукини и подать к столу.

КСТАТИ

Многоярусная Zepter-СИСТЕМА позволяет готовить несколько блюд одновременно, что значительно экономит время и электроэнергию. Благодаря термоаккумулирующему дну продукты в этой системе можно готовить без добавления воды и жира.





кулебяка с лососем и грибами

Время приготовления: 2 часа
Порций: 10
1 порция: 579,2 ккал
белки – 30,2 г, жиры – 30,2 г, углеводы – 46,6 г



ЧТО НУЖНО:

1 кг	филе лосося
3 ст. л.	растительного масла
•	пучок зеленого лука
150 г	оливок без косточек
250 г	шампиньонов
2	луковицы
3	зубчика чеснока
1,5 ч. л.	зернистой горчицы
100 г	сметаны
•	соль, черный перец по вкусу
1	яйцо для смазывания
Для теста:	
600 г	пшеничной муки
•	щепотка соли
10 г	сухих дрожжей
1	стакан теплой воды
2	яйца
75 г	сливочного масла
2 ст. л.	сахара

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить тесто.** Просеять в миску муку вместе с солью. Дрожжи развести в воде. Добавить в муку яйца, растопленное масло и сахар, влить воду с дрожжами и вымесить гладкое, эластичное тесто. Накрыть и оставить на 1 ч.

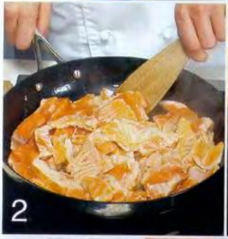
2 Филе лосося вымыть, обсушить салфетками, нарезать небольшими кусочками. Разогреть в сковороде половину растительного масла, обжаривать, помешивая, кусочки лосося в течение 1 мин., затем переложить их на тарелку.

3 Зеленый лук вымыть, обсушить и тонко нарезать. Оливки откинуть на дуршлаг и нарезать кружками. Грибы вымыть и нарезать ломтиками. Лук и чеснок очистить и измельчить. В отдельной сковороде разогреть оставшееся масло и обжаривать на сильном огне вместе лук, чеснок и грибы, 3 мин.

4 В большую емкость переложить кусочки лосося, грибную смесь, оливки и зеленый лук. Приправить горчицей, солью и перцем. Добавить сметану и тщательно перемешать.

5 Разогреть духовку до 175 °C. Противень смазать маслом. Тесто раскатать в пласт размером 45 x 30 см. В центр пласта выложить начинку, подтянуть края к центру, соединить и защипать их. Поставить кулебяку в духовку и выпекать 25 мин.

6 Вынуть кулебяку, смазать слегка взбитым яйцом. Выпекать еще 15 мин.













пирожки с бараниной

ВЫПЕЧКА

ЧТО НУЖНО:

500 г пшеничной муки
1 ч. л. соли
7 г сухих дрожжей
1 ст. л. сахара
50 г сливочного масла
300 мл теплой воды

Для начинки:

300 г баранины без костей
1 средняя луковица
1 стебель черешкового сельдерея
2 сухих белых гриба
2 ст. л. растительного масла
1 пучок кинзы
1 пучок зеленого лука
1 пучок укропа
25 г сливочного масла
• соль, черный перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 25 мин.
Количество: 12
1 порция: 254,1 ккал
белки – 9,3 г, жиры – 10,3 г, углеводы – 31,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Муку посолить, просеять в миску, добавить дрожжи, сахар и сливочное масло, отщипывая его маленькими кусочками. Постепенно влить воду.

2 Замесить тесто, вымешивать не менее 3 мин., до однородности. Сформовать из теста шар, положить его в миску, накрыть пленкой и оставить в теплом месте на 30 мин.

3 Баранину вымыть, обсушить, срезать весь жир. Мелко порубить мясо острым ножом. Репчатый лук очистить, измельчить. Сельдерей нарезать небольшими кусочками. Сушеные грибы промыть, затем измельчить ножом или растолочь в ступке. Растительное масло разогреть в сковороде, положить лук и сельдерей, обжарить, 2 мин. Добавить баранину и раскрошенные грибы. Готовить на несильном огне 7 мин.

4 Тем временем подготовить зелень – вымыть ее, обсушить и мелко нарезать; добавить к мясу. Приправить солью и перцем по вкусу, перемешать. Снять сковороду с огня, добавить нарезанное небольшими кусочками сливочное масло, перемешать. Дать немного остыть.

5 Тесто разделить на 12 шариков. На присыпанной мукой рабочей поверхности раскатать каждый шарик в тонкую лепешку.

6 Начинку разделить также на 12 частей и выложить на лепешки. Сформовать пирожки, защипать их сверху «гребешком». Противень накрыть листом пергамента, выложить на него пирожки. Дать расстояться 10 мин. Разогреть духовку до 180 °C, поместить в нее противень с пирожками. Выпекать 15 мин.


1


2


3


4


5


6









ореховый рулет

ЧТО НУЖНО:

1 ст. л. растительного масла
250 г сливочного сыра
2 яичных желтка
2 ст. л. **коричневого сахара Мелкий «Мистраль»**
2 ст. л. меда
1 стакан очищенных грецких орехов
1 стакан молотого миндаля
2 ст. л. **коричневого сахара Демерара «Мистраль»**
1 ч. л. молотой корицы
2 пласта готового слоеного теста
90 г сливочного масла

Время приготовления: 55 мин.
Порций: 6–8
1 порция: 1076 ккал
белки – 18,8 г, жиры – 75,0 г, углеводы – 82,1 г

КСТАТИ

Коричневый нерафинированный сахар «Мистраль» – натуральный продукт, который получается после первичного отжима, очистки и кристаллизации сока сахарного тростника. Исключение процесса рафинирования позволяет сохранить натуральную тростниковую патоку. Она придает сахару красивый цвет и приятный аромат.







ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Духовку разогреть до 210 °С. Глубокую разъемную форму диаметром 20 см смазать небольшим количеством растительного масла. Выстелить дно пергаментом, смазать его оставшимся маслом. **Приготовить крем.** В небольшую миску положить сыр, желтки, **коричневый сахар Мелкий «Мистраль»** и мед. Взбивать миксером в течение 3 мин. на высокой скорости.

2 **Приготовить ореховую смесь.** Грецкие орехи порубить, смешать с молотым миндалем, **коричневым сахаром Демерара «Мистраль»** и корицей. Ореховую смесь ввести в крем и тщательно перемешать.

3 Пласты теста выложить на рабочую поверхность и поочередно раскатать в одном направлении в ленту, смазать их сливочным маслом. Положить один на другой.

4 Выложить на тесто сырно-ореховую смесь, распределить ее по всей поверхности, оставляя свободными края по 2 см с каждой стороны. Скатать тесто с двух сторон в рулет, закрывая начинку.



5 Защипнуть свободные края, чтобы не вытекла начинка. Смазать всю поверхность рулета оставшимся сливочным маслом. Лишнее тесто с краев отрезать.

6 Аккуратно свернуть рулет в виде кренделя такого размера, чтобы он плотно заполнил форму для выпечки; переложить его в форму. Выпекать 30 мин., до тех пор, пока тесто не подрумянится и не станет хрустящим.



печенье «маргаритки»

ЧТО НУЖНО:

- **2** стакана пшеничной муки
- **1 ст. л.** сахара
- • щепотка соли
- **3 ст. л.** молока
- **1 ст. л.** водки
- **1 ст. л.** сметаны
- **3** яичных желтка
- **1** яичный белок
- **2** стакана растительного масла для фритюра
- • сахарная пудра

Время приготовления: 1 час
Количество: 20 шт.
1 порция: 120,5 ккал
белки – 2,2 г, жиры – 6,1 г, углеводы – 14,2 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В миску просеять муку, добавить сахар, соль и перемешать. Влить молоко, водку, добавить сметану и желтки.

2 Вымесить гладкое эластичное тесто, накрыть пленкой и оставить в теплом месте на 15–20 мин.

3 На присыпанной мукой поверхности раскатать тесто в тонкий пласт. С помощью стандартного стакана вырезать из него 20 кружков. Стаканчиком или бокалом меньшего диаметра вырезать еще 20 кружков. Небольшой рюмкой тоже вырезать 20 кружков. По краю всех кружков острым ножом сделать насечки.

4 Слегка взбить белок. Смазать им середину больших кружков. Положить на них кружки среднего размера, также смазать их середину белком и положить самые маленькие кружки. Получится 20 пирамидок.

5 Слегка развернуть каждую пирамидку вокруг оси, чтобы расправились «лепестки».

6 Масло влить в кастрюлю с толстым дном, разогреть на среднем огне до 180 °С (при такой температуре кусочек хлеба должен обжариваться в масле до образования коричневой корочки за 1 мин.). Небольшими порциями опускать «маргаритки» в масло и готовить по 3–4 мин., пока они не приобретут золотистый цвет. Готовое печенье шумовкой выкладывать на бумажные салфетки, чтобы стекло и впиталось лишнее масло. Дать остыть. Перед подачей присыпать сахарной пудрой.

КСТАТИ

Оставшиеся обрезки теста можно перекрутить в виде спиралек и также приготовить во фритюре.





сорбет из киви

ЧТО НУЖНО:

250 мл	натурального йогурта
4 ст. л.	сливок жирностью 33%
2	яйца
2 ст. л.	сахара
2 ст. л.	цукатов
2 ст. л.	апельсиновой цедры
2 ч. л.	миндаля
3	киви
150 мл	апельсинового сока
50 г	сахарной пудры

Время приготовления: 25 мин. + 4 часа
Порций: 6
1 порция: 205,6 ккал
белки – 3,8 г, жиры – 7,3 г, углеводы – 31,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 В **сотейнике Tupperware®** смешать йогурт со сливками. Поставить смесь на средний огонь, довести до кипения и сразу же снять с огня.

2 В **замесочное блюдо «Веселый Кулинар» (3,5 л)** от **Tupperware®** влить кипяток, накрыть крышкой с отверстием в центре и поставить в отверстие **чашу «Веселый Кулинар» (650 мл)** от **Tupperware®**. Влить яйца и готовить на водяной бане, взбивая **венчиком Tupperware®**, пока смесь не загустеет. Продолжая энергично взбивать, влить тонкой струей смесь йогурта и сливок. Добавить сахар, размешать и дать остыть до комнатной температуры. После этого поставить смесь в морозильную камеру на 3–4 ч.

3 **Универсальным ножом Tupperware®** измельчить цукаты и миндаль. Установить **терку «Веселый Кулинар»** на **мерный кувшинчик Tupperware®**, натереть цедру. Добавить все в замороженную смесь, перемешать. Вернуть в морозильную камеру.

4 Киви очистить **овощечисткой Tupperware®** и нарезать кусочками. Установить **соковыжималку «Веселый Кулинар» на мерный кувшинчик Tupperware®**, выжать апельсиновый сок, смешать с киви. Готовить 6 мин.

5 Добавить сахарную пудру и взбить в **комбайне «от Шефа»** в пюре.

6 Остудить. Переложить в контейнер **«Любящее сердце» (500 мл) Tupperware®** и поставить в морозильную камеру на 4 ч.

Достать обе замороженные смеси и выложить в креманки.

КСТАТИ

Посуда компании Tupperware – это посуда на все случаи жизни. Контейнеры «Любящее сердце» с герметичными крышками не только приятно брать с собой в дорогу, но и легко использовать для приготовления романтических блюд. Любимый не останется равнодушным.

















ласси с грушей





ЧТО НУЖНО:

2 спелые груши
100 мл натурального йогурта
100 г сливочного мороженого
200 мл молока
1 ст. л. очищенных несоленых фисташек

Время приготовления: 10 мин.
Порций: 2
1 порция: 293 ккал
белки – 7,2 г, жиры – 12,6 г, углеводы – 37,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Груши вымыть, удалить сердцевину, очистить. Мякоть нарезать кусочками. Поместить в блендер, добавить йогурт, мороженое и взбить.

2 Влить в смесь молоко, перемешать. Разлить ласси по бокалам, посыпать фисташками.



ПОДПИСКА

ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

В качестве подарка к 8 Марта для себя или своих близких предлагаем оформить ЛЬГОТНУЮ ПОДПИСКУ на журналы «Гастрономъ», «Школа гастронома», «Школа гастронома. Коллекция рецептов», «Садовник» и «Ручная работа».

При оплате подписки до 15 марта стоимость журналов на 10 месяцев 2007 года составит: «Гастрономъ» – 670 руб. «Школа гастронома» – 640 руб. «Школа гастронома. Коллекция рецептов» – 640 руб. «Садовник» – 475 руб. «Ручная работа» – 640 руб.

Первых 100 читателей, оформивших подписку по этому предложению, ожидают ПРИЗЫ – футболки и бейсболки с фирменной символикой.

ГАСТРОНОМЪ

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $4,00.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $7,70.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

Ручная Работа

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

садовник

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 50 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $2,80.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $5,00.

Для оформления редакционной подписки

1 • Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка.
2 • Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика.
3 • В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев.
4 • В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов.
5 • Отправьте копию оплаченной квитанции по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5048) по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2, стр. 1, или e-mail: ekozlova@idvz.ru

* *Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала.*
* *Доставка курьером (только по Москве) осуществляется до почтового ящика в течение 7 дней.*
* *В цену подписки не включена комиссия Сбербанка.*
* *Стоимость доставки включена в стоимость журнала.*

• Оформить редакционную подписку на наши журналы вы можете через наши сайты:
www.gastromag.ru; www.sadovnikmag.ru; www.handmade.idvz.ru

• Подписка для юридических лиц оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: ekozlova@idvz.ru

• Подписка на журналы в других странах:
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.
Beneficiary: ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn»
Acc. №40702840538040205252 With Sberbank Russia, Tverskoe otdelenie 7982, Moscow S.W.I.F.T
Code: SABRUMM
Address: Leningradskiy prospect, dom 30, 125040, Moscow, Russia
Correspondents (Nostro): The Bank of New York, USA
SWIFT Code: IRVTUS3N Acc.890-0057-610
* *Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты.*

• Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:
АПР. Объединенный каталог «Пресса России»
Подписные индексы: Гастрономъ – 44140, 44141; Школа гастронома – 84584, 83273; Садовник – 46505, 20218; Ручная работа – 18131
Роспечать. Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы: Гастрономъ – 81150, 81158; Школа гастронома – 83316, 83273; Садовник – 46345, 20415; Ручная работа – 18091
МАП. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы: Гастрономъ – 12598, 99378; Школа гастронома – 12599, 11308; Садовник – 24324, 63427; Ручная работа – 24323
Интер-Почта-2003, тел. (495) 500-0060 (Москва), (495) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)
Вся пресса, тел. (495) 787-3445
ИЧУП «РЭМ-Инфо»: каталог «Белпочта», г. Минск, тел.: (017) 291-9891
Подписной индекс: Гастрономъ – 44141; Школа гастронома – 81158; Садовник – 46345
Подписное агентство KSS, г. Киев, тел.: (044) 270-6220, 270-6222, 464-0220
Урал-Пресс, тел. (495) 214-5162 г. Екатеринбург, тел. (3432) 75-6274.

Извещение

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

Кассир Плательщик

Квитанция

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		

Итого к оплате ____________________

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

Кассир Плательщик



ГДЕ КУПИТЬ

• Продукты METRO QUALITY
в ТЦ «Метро» в Москве:
Ленинградское шоссе, 71г;
пр-т Мира, 211, корп. 1; ул. Рябиновая, 59; МКАД, 104-й км, 6;
ул. Дорожная, 1, корп. 1;
в ТЦ «Метро» в Санкт-Петербурге:
Комендантский пр-т, 3, лит. А;
пр-т Косыгина, 4, лит. А;
Пулковское шоссе, 23, лит. А;
www.metro-cc.ru.

• Магазины Zepter
телефон информационной линии 8-800-2002-700;
Москва, ул. Новый Арбат, 26, тел.: (495) 291-1123, www.zepter.com

• Сахар «Мистраль»
во всех крупных сетях супермаркетов
www.tkmistral.ru

• Tupperware
единая справочная, тел.: 8-800-200-6000,
www.tupperware.ru



«Кулинарные праздники с Александром Селезневым», Александр Селезнев, «ЭКСМО», 2006 г.

Тем, кто знаком с творчеством автора книги, хочется сказать: «Да. Шикарные торты в этой книге есть, но не только они». Ас кондитерского искусства, лауреат, чемпион и победитель, глава Кондитерского дома Александр Селезнев вышел за привычные для себя рамки и замахнулся на полноценное меню из 10 блюд для 10 календарных и семейных праздников, начиная от Нового года и заканчивая празднованием дня рождения на работе. Весьма удачный и, надеемся, успешный ход.

В книге предложен новый взгляд на классику семейных застолий. Рецепты не изобилуют новаторством и оригинальностью. Все блюда проверены временем и пользуются искренней любовью не одного поколения россиян. Александр специально не стал вводить в состав блюд новомодные продукты и технологии. Если закуска, то одним из вариантов обязательно будет селедка с отварным картофелем, если салат, то «Цезарь», а если в меню указан коктейль, то один из десяти обязательно будет «Мохито». Внимание сконцентрировано на авторской, оригинальной подаче классического блюда. Кроме того, в книге есть полезная информация по выбору подходящих к определенному напитку бокалов и советы по сервировке стола.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№03 (77), февраль 2007
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «ИД «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Председатель совета директоров Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Ольга Пахтусова
руководитель фотослужбы Екатерина Овселян
фотограф Вадим Жадько
дизайнеры-верстальщики Максим Новрузов, Сергей Ткаченко
редакторы Мария Привезенцева, Александр Ильин
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Лилия Дунаева, Любовь Никифорова
повар-консультант Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Директор по рекламе ЗАО «Вкусная жизнь» Марина Мамина
Отдел рекламы: Евгения Демченко, Инна Ивальченко, Ольга Козырева, Елена Матвеева, Жанна Русакова (заместитель директора), Анна Шувалова
тел.: 725-1071

Отдел маркетинга: Эльмира Нагаева (директор), Зоя Галишникова, Ксения Любимова
тел.: 725-1070

Распространение: Сергей Татаркин (директор), Андрей Телингатер (менеджер по Москве), Елена Царева, Наталья Симонова, Александр Шалимов (менеджеры по регионам)
тел.: 725-1070
факс: 725-1070, доб. 5048
Подписка: тел.: 792-5562

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс»
тел.: 795-0295

Предпечатная подготовка: Марианна Геннинг, Вера Давыдкина, Василий Качаев, Светлана Кузина, Екатерина Панюшкина (руководитель отдела)

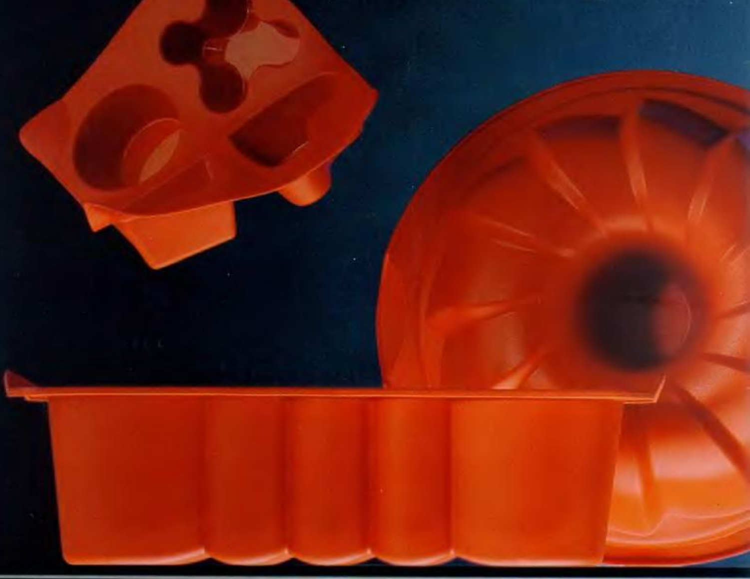
Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 222 900 экз
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Министерстве Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций.
Свидетельство о регистрации средства массовой информации №77-15924 от 07.07. 2003 г.

Tupperware®

это лучшее, что может произойти с Вашей кухней!



Силиконовые формы от Tupperware это настоящее чудо, с которым вы сможете приготовить множество удивительных блюд! Они могут использоваться для приготовления пищи в микроволновой печи, газовой и электрической духовке, для хранения в морозильной камере и холодильнике. Эти формы изготовлены из силикона, который выдерживает температуру от -25°C до +220°C. Их можно использовать без жира, выпекать в них хлеб, пироги, готовить паштеты, мороженое, желе, холодные торты и десерты!
Гарантия на силиконовые формы, как и на все изделия Tupperware, составляет 30 лет.

Найди своего персонального консультанта, позвонив по телефону 8-800-200-6000
(звонки по всей территории России - бесплатно).
www.tupperware.ru

Товар сертифицирован. Реклама